
慈 恵



平成22年新年号(冬季)

No. 29

宗教法人 慈 恵 院 付 属 多 磨 犬 猫 霊 園

正気放光



横山大観 画

現代日本美術全集より

富士山

柴野栗山 りっざん

誰將東海水

誰か東海の水を將ちて

濯出玉芙蓉

濯あらい出いだす玉芙蓉ぎよくふ

蟠地三州尽

地わだかまに蟠さんりて三州しゅう尽つき

挿天八葉重

天さしはさに挿かんで八葉か重かさなる

雲霞蒸大麓

雲霞うんか大麓たいろくに蒸むし

日月避中峰

日月じつげつ中峰ちゅうほうを避さく

独立原無競

独立もとして原と競とう無なく

自為衆岳宗

自おのら衆岳しゅうがくの宗そうと為なる

芙蓉ふよう 〓 はず。富士山がはずの花びらを重ねた

ような姿をしているのでいう

三州さんしゅう 〓 駿河・遠江・相模の三州

八葉はつえつ 〓 八枚の花びら

蒸む 〓 立ち上る

宗そう 〓 本家

新年を迎えるにあたって

高齢化社会と死生観

住職 永田 恵 堂

平成21年は100年に一度ともいわれる不況が世界に蔓延している中、わが国も大きくその影響を受けました。会社の倒産や縮小といった経済の停滞が重く国民生活に暗い影をおとして昨今に加え、わが国の高齢化は時代背景に無関係に歩き出しております。今日の日本は超高齢化社会を迎え、まさに生まれ出ざる命より失われる命の方が多くなる時代を迎えております。死亡統計で見ますと年間の死亡者数は戦後の1950年代には年間70〜100万人の間で推移しておりましたが、2035年には年間166万

人のピークを迎えます。戦後の死亡者の多くは働き盛りの世代や子供達で後期高齢者の死亡割合は15%程度でしたが、2035年には後期高齢者の占める割合は84%にまで達します。そして自宅で亡くなる割合は現在12%程度で、それ以外は大半が病院で亡くなられています。

日本人の7〜8割が自宅での看取りを望んでいます。癌の末期や急性期をのり越え、病床に伏せて長い間寝たきりとなった高齢者の方々が長寿となったとはいえ、病院で「死

とう」からは遠いことのように思われます。国は2050年までに経済的理由から生活の場での看取りを50%に見据えており、まさに「死」というものを家庭の中で迎える事となる時代を迎えるのです。

家庭での介護という面から考えると昨今の日本国家の経済的低迷から家庭経済の困窮が広がっている現在、共働きが常識となりつつある社会情勢の中、病を抱えた高齢者を介護することの困難さは想像を絶するものがあります。少子化や未婚、結婚しない世代の増加など介護者の絶対的な不足も拍車をかけております。国家的に対高齢者インフラの整備が急務ですが政権が変わった中、大いに期待するものです。

医師としてこれまでに多くの方々の看取りを病院と自宅で立ち会ってまいりました。

病院での看取りと違い、住み慣れた生活環境と家族に囲まれながら終末期を迎えるということは、本人のみならず見送る家族にとつても大変貴重な時間となる事は間違いないことです。残された人々に身近な人の死というものを経験する事により命の尊さ、生きる事の大事さを身をもって認識することとなり、その後「死生観」というものに大きく影響していくことでしょう。

高齢化社会を憂いを持って見据えるのではなく、先人に対して次世代への架け橋として多くのことを教えてくれたことに心から感謝できるように社会に変貌できれば、きっと楽しみながら「年をとる」ことができるのではないでしょう



No.1

夢の中で

ペンネーム ハンドレッド

六月七日(金)に我が家の愛犬「ハンドレッド」は流れ星になりました。

十五年……長いようで短い人生を共に過ごし、彼とは数えきれない程の思い出があります。笑ったり、怒ったり、泣いたり。コロナ変わる人間の感情を敏感に感じ取って彼は私達を支えてくれました。

ありがとう。

あなたがいてくれたから、私たちは家族の絆を深めていくことが出来ました。

あなたの存在はいつまでも私

の中から消えません。

あなたが星になった翌日、私はあなたが生き返る夢を見ました。すごい不思議で、でも嬉しくて。すると、弟も同じ夢を見たと言っていました。

きつと最期のその場にいる事が出来なかった私と弟に心残りがあった出てきてくれたのかな。連絡を受けて、飛んで帰ったけど間に合わなくてごめんね。優しい君は、きつと私と弟の事最後まで気にかけてくれたたのかもしれないね。

ハンドは優しくかったから、きつと天国で先に星になった仲間達と楽しく走り回っているかな。大好きな我が家の一員、ハンドレッド。今まで本当に本当にありがとう。これからは天国からただけど、また私たちを見ていてね。また、どこかで会えたらいいな。その時はまたよろしくね。

私の三つの骨壺

杉並区 服部壽子

今年の1月、私の希望で犬、猫、小鳥の3つの骨壺を金龍殿に納骨した。

1つ目の一番古い少し茶色くなった骨壺は、昭和52年に慈恵院に納めていたブリティッシュコッカスパニエルのシエリー。一人っ子だった私の友達のような存在で小学校から大学卒業、就職まで一緒の時代を過ごした犬だ。シエリーはイギリスチャ

ンピオンの子供、立派な顔立ちのプライドの高い犬だったが、生後半年で血尿血便、結局2年目には両目失明となってしまう。しかしその後長い紐で家の内と外を行き来し、お散歩も大好きで最後は眠るように老衰で亡くなった。享年16歳。

2つ目の骨壺は、4匹のセキ

セイインコ。お父さんピー子、お母さんチー子、その子供パウとミミ。一番長生きしたピー子は私の結婚から息子が小学校卒業まで一緒だった。ピー子はよく言葉を覚えて、その息子ミミはピー子より言葉を覚えた。冬の寒い朝、鳥かごの前でよく言っていた。ウワー、寒い“という私の言葉を覚え、真夏のある日、ピー子の。ウワー、寒い“で本当に寒いのは……とあわてて母がクーラーをきつたこともあった。各小鳥、約13年間生きていた。

3つ目の一番新しい骨壺は、アメリカンショートヘアのアリシアのだ。息子が中学2年から大学4年まで一緒だった。アリシアの死は突然にちかく、9年9カ月は私にとっては短い命に思えて今でも胸がしめつけられる想いがする。かけがいのない思い出をたくさん残してくれたかわいい猫だった。

犬、小鳥、猫が同時代を生き

ていたわけではない。でも共通していることは、彼らが私たち家族の各時代をみてきたこと。

それぞれの知りえなかつた家族の過去や未来の話を金龍殿の一部屋のなかで楽しく話してくれることを願って一緒に納めることにした。どうぞ私の愛した動物たちが仲良く安らかな眠りにつきますように。

愛猫「ジャロ」

死んで

杉並区 阿部寒林(84)

降り止まぬ帰りの雨のタクシ
ーの中、運転手さんが「ワン
チャンですか、ネコチャンですか
ー」と訊いてきたので先月死ん
だ猫の四十九日の供養にきたこ
とを言うと「へエー、そんな飼
主は滅多にいませんヨ、死んだ
猫チャンも有難いことですネ」と

驚いたようであった。

十七年前のXマスの頃、掌の上に乗る程の小さなチンチラの雄猫が吾家の一員となった。その容姿に名作「キリマンジャロの雪」に因んでジャロと命名した。最晩年までの思い出は尽きないが、昨年の初冬から発病し、去年に入ってから全盲に近く、脚腰も弱くなり入院三日目に永眠となった。死期に入ったジャロを抱くと声も出せず唯、喉をゴロゴロと懸命に鳴らして喜んでる意思表示が哀れでならなかった。そして思わず涙を落と

したりした。

天寿を全うした猫とはいえ老夫婦二人きりの生活の中にあつては孤独感を癒して呉れた存在でもあつた。この年齢になつてもこんなにも思い入れの深かつた愛猫の死をこの年令で悲しむとは思わなかつたが、思えば人は年齢が加わると共にその死生観が異なってくるものであることが理解出来るというものである。霊園に見る多くの犬猫の墓石或いは百千の骨壺の安置所などに接する時、飼主の清らかな生命がこうさせているのだと思え

てくる。

犬猫霊園は飼主のみがその悲しみを声に出せるがそれに応えるものは唯霊という無言のものがあるばかりである。何んと淋しくそして悲しく美しい所だと思ふ。

愛猫ジャロの四十九日、雨でも供養出来てよかつた、それにも雨の中の紫陽花の美しさが印象的であつた。

猫好きの加藤楸邨の句に、
死ににゆく猫に眞青の薄原

楸邨

何んと悲しい内容ではないか。

帰って来た猫

府中市 中村芳治(76)

このお話は私の子供の頃のお話です。東京は港区六本木交差点から溜池方面に長い急坂があり、その途中に私の家がありました。



慈 恵

子供の頃から動物が好きだった私は猫を飼っていました。その猫が或る日のこと、子猫を数匹産みました。私の母親は猫を捨ててくるように言うのです。仕方なく母猫・子猫共に捨てに行きました。

丁度我が家の北西五百メートル程離れた所に、その頃麻布歩兵三連隊がありました。その兵舎を囲む盛り土の土手の下の草叢くさむらの中に捨てて来たのです。明朝、眼が覚めるともう猫はいない。それから二、三日がたったでしょう。その捨てた猫がひょっこり我が家に戻って来たのです。「わぁーよく帰って来たね。」思わず口から言葉が飛び出しました。でも帰って来たのは母猫だけで赤ん坊の子猫は帰って来ませんでした。子猫は歩けないから母猫は置いて来るより致し方なかったのでしょうか。

その母猫の気持は人と同じで

す。人間は両手両脚が使えるいいですね。あの時の思いは深く心に刻みこまれて忘れる事はありません。

モルモットの
くうくんへ

安部泰美

くう、久しぶりだね。くうと「また、会おうね」って言ったあと、おかあさんは命の大切さについて考えているよ。おかあさんは、何より大切だったかくうのことわかったんだ。くうに会いたいよ。抱きしめてあげたいけどじゅみようまで、生きないとくうにしかられてしまうよね。だからニコニコしてようって決めたんだよ。くうはおかあさんの親友の美和子に会ったよね。おじいちゃんにも会ったかな？ やさしいでしょ？空を見上げたら

雲が広がっていて、おひさまがもういいよっていう位にいらしているよ。暑いんだ。でも、くうが手をふっている気がして手をふり返したよ。おかあさんは歯をくいしばって目をして手を合わせた。おとうさんは働いているよ。暑いけど頑張っているよ。

くう、さよならは言わないよ。だってまた会えるからね。おかあさんはニコニコしています。



俳壇

杉並区 阿部 寒林

○昨夜よべの雨

更に紫陽花

彩いろを増し

○露めくや

犬猫靈園

人絶へず

○亡き猫の

毛の一本や

衣更へ

募集

ペットとの思い出など書いてみませんか……お待ちしております。

『ゴンタの贈り物』

グレートペットクリニック

院長 雫 寿美子

ゴンタが、私を獣医に導きま
した。

『もう病院では、何も出来ま
せん。』先生は、静かに私に言
いました。

それは、私が高校生だった頃
の話です。

動物病院から自宅に帰ってき
たゴンタは、横たわったままで
動こうとはしません。
美味しそうな飯をいろいろ
あげてみても、口にはしてくれ
ません。

『ゴンタ、ごめんね。』

『ごめん。』

もっと早く、ゴンタの病気に

気がついていたら……

もっと早く、病院に連れてい
っていたら……

ゴンタともっと一緒にいれた
かもしれないのに。

ゴンタを撫でながら、涙が止
まりませんでした。

そんな私に語りかけるように、
優しい目で私を見つめていまし
た。

その夜は、ゴンタの体を触り
ながら、いつの間にか眠ってし
まい、気がつく朝の5時。

ゴンタは、冷たくなっていま
した。

ゴンタの病気をもっと知りたい。

その思いが、いつしか『獣医

になりたい』という気持ちに変
わっていきました。

ゴンタが私を獣医に導いたの
です。

獣医になった私は、たくさん
の動物達と出会い、その出会い
の一つ一つで、学び成長してき
ました。

私は思うのです。

間違いなく、ゴンタがいなけ
れば、私の人生は違っていた
と……

そして獣医となり、たくさん
の動物達と出会わなければ、今
の獣医としての私は違ってい
たと……

きつと皆さんも、大切な家族
(動物)と出会っていないければ、
何かが違っていったに違いあり
ません。

それだけたくさん事を、プ
レゼントされたのです。

最期の時を迎えることはとても

悲しく、体の一部がもぎ取られ
てしまう辛さがあります。

そんな時、出会えたこと、た
くさんプレゼントされた事を思
い出して下さい。

きつと感謝の気持ちでいつば
いになることと思います。

最後に

全ての出会いや、学びに導い
てくれたゴンタ。

『獣医』という人生をプレゼ
ントしてくれたゴンタ。

『ありがとう』



Q

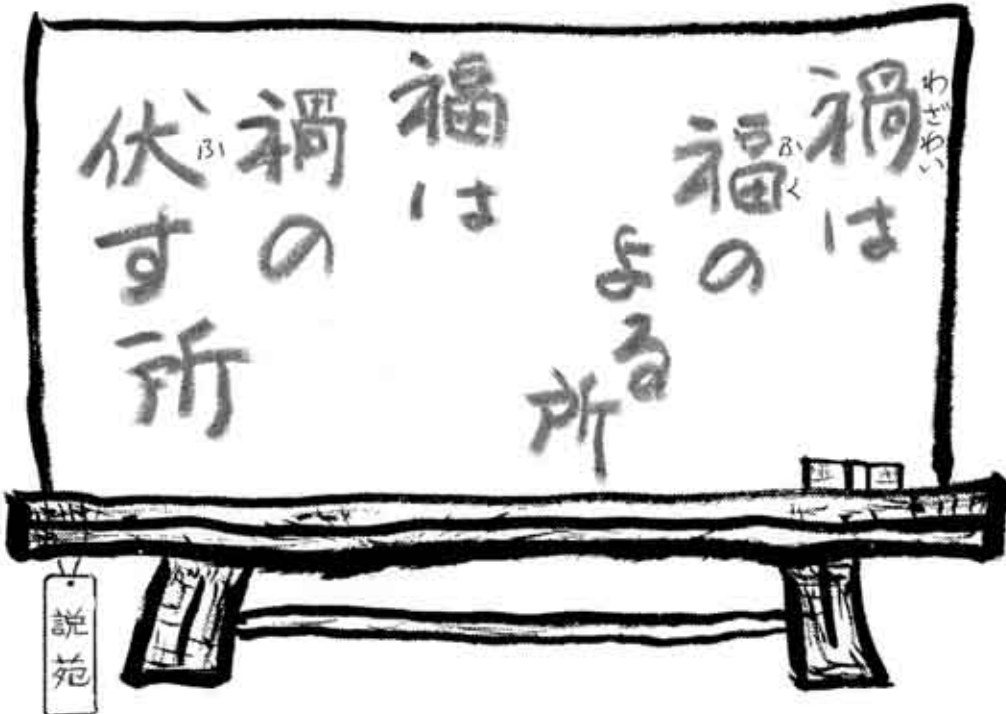
「七福神」ってなあに？

(答えは10ページ)

2 月	1 月	12 月	
<p>涅槃会 2/14</p>	<p>修正会 1/1</p>	<p>除夜の鐘 12/31</p> <p>成道会 12/6</p>	当山行事
<p>●立春の雑草園の 草(よみ)(山口青邨)</p> <p>2/4 立春</p> <p>●薩埵富士雪縞あらかき 雨水かな(富安風生)</p> <p>2/19 雨水</p>	<p>●小寒や地に黒髪の 一握(井上静川)</p> <p>1/5 小寒</p> <p>●大寒の入日野の池を 見失ふ(水原秋櫻子)</p> <p>1/20 大寒</p>	<p>●大雪や茎ばかり掃く 藤落葉(涙人)</p> <p>12/7 大雪</p> <p>●門前の小家もあそぶ 冬至かな(凡兆)</p> <p>12/22 冬至</p>	二十四節気
<p>2/11 建国記念の日</p> <p>2/3 節分</p>	<p>1/11 成人の日</p> <p>1/7 人日の節句 (七草粥)</p>	<p>12/23 天皇誕生日</p>	祝日等

冬 じ よ み

「こよみ事典」東京美術 参考



掲 示 板



年末年始は忘年会に新年会などと、何かとお酒を飲む機会が多くなります。飲み過ぎた日の翌朝は、二日酔いで、頭痛に吐き気、胃のもたれ……。そんな経験はありませんか？ アルコールは肝臓でアセトアルデヒドという物質にかわります。これが、頭痛や吐き気などの二日酔いの症状を引き起こす原因となる中毒物質です。そして肝臓は、これをさらに分解し、体の外に排出します。ただし、アルコール分解の処理能力・お酒を分解できる量にも、個人差があります。このため、お酒が強い人、弱い人がいるわけです。

また飲む量が多すぎたり、ピッチが速すぎると分解処理が間に合わず、全身にアセトアルデヒドが回ったり、アルコールが肝臓を素通りして脳を刺激するため、悪酔いや二日酔いの原因になるのです。

二日酔いは飲み過ぎないのが一番の予防ですが、コトロールできないときもありますね。ここでは、簡



単にできる二日酔いの対処方法をお話します。

お酒を楽しく飲むために

ながた内科クリニック 院長 永田 宏

【梅干し】

簡単にポピュラーな梅干し対策。試されている方も多いのではないでしょうか？疲労回復に欠かせないクエン酸が、だるい体を元気にし、むかむかする胃をリフレッシュさせてくれます。翌朝、2〜3個食べたり、番茶にいれて飲みましょう。

【リンゴ酢】

カリウムが豊富に含まれているリンゴ酢は、むくみ顔、むくみ足に効果的であるほか、胃液の分泌を促し、弱った胃を活発にしてくれます。

【果物・ビタミンC飲料】

オレンジやキウイ、アセロラなどの果物に多く含まれるビタミンCはアセトアルデヒドの分解を促進したり、果物の果糖がアルコールの分解を高めま

【しじみ】

カルシウム、鉄分、ビタミンB群を含むほか、肝臓のはたらきをよくするタウリンが含まれているため、アセトアルデヒドの分解を促進するので、二日酔いに最適です。

【濃い緑茶】

緑茶に含まれるタンニンは頭痛を和らげ、カフェインには利尿作用があります。また緑茶自体にアルコールを分解する作用が期待できます。濃い目の緑茶を1〜2杯どうぞ。

れてしまうため、一時的に血糖値が下がります。しかし、これは一時的な現象であって、しばらくすると肝臓のグリコーゲン（糖）が分解され、血糖値が上がり始めるのです。

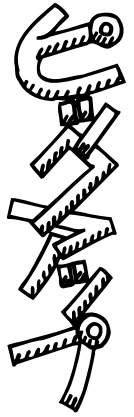
このときに、ラーメンやお茶漬けなど炭水化物をとってしまえば、アルコールの分解が活発になりすぎて、酔いの原因であるアセトアルデヒドを多量に生産させてしまう上、太る原因となるのです。

ラーメンが食べたいと思ったら、あと5分だけ待ってみて、そして代わりにオレンジ、グレープフルーツなど果物をお酒の締めにしませう。これらには、肝臓のはたらきをよくするビタミンの一種が含まれていて、悪酔い、脂肪の蓄積を妨げるのを助けてくれます。錯覚で太るなんて悔しいことです。お店をでたらラーメン屋が…なんて、そこで立ち寄らずに我慢できるかが勝負です！お酒の後、毎回食べていたら、太るのは確実！！ただ、お酒を飲んだ後、2〜3時間たった後の炭水化物の補給は必要です。





坐 禅 会



21年7月4日早朝5時、「小金井青年会議所」のメンバー22名の方が坐禅会に参加されました。
真剣な姿が大変印象的でした。

合掌

(徹道)

福徳の神として信仰される七柱の神。

① 七福神とは

恵比寿 ② 大黒天 ④
 毘沙門天 ③ 弁才(財)天 ①
 福祿寿 ⑥ 寿老人 ⑦
 布袋和尚 ⑤

○内数字は絵番号



●本山：東京都府中市浅間町2-15-1 〒183-0001
TEL.042-365-7676 FAX.042-336-3888
URL http://www.jikeiin.jp

●足立別院：東京都足立区加平1-14-3 〒121-0055
TEL.03-3628-7676 FAX.03-3628-7679

●洗足別院：東京都大田区北千束2-9-1 〒145-0062
TEL.03-5702-7676 FAX.03-5702-7684

慈 恵 新年号(冬季) No.29
 平成二十二年十二月十五日 発行
 編集兼 永 田 恵 堂
 発行者 宗 教 法 人 慈 恵 院
 発行所 付 属 多 磨 犬 猫 霊 園
 郵便番号 一 八 三 〇 〇 〇 一
 府中市浅間町二十五十一
 〇四二一三六五七六七六
 山二印刷有限公司
 府中市浅間町三十四一九
 〇四二一三六一一五二二

編集後記

一ひらの枯葉に
 雪の凹みをり
 (高野素十)

この辺りでは、雪も大変
 めずらしくなりました。
 温暖化の影響なのか、気
 象異常なのか……
 今年も残り少なくなつて
 まいりました。なにとぞ
 お体に気をつけて、佳い年
 をお迎え下さい。

合掌